

Утверждаю

0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 662 Кронштадтского района
/Новицкая Л.И./

Директор

МЕНЮ

7 мая 2024 г.

Дети ясли

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	40	1,28	3,32	23,97	111,74	6,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	30	0,37	1,38	6,95	23,43	3,80
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)	130	8,65	16,97	2,41	219,61	0,20
УСП	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛСКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,56	2,19	10,70	80,18	0,47
Итого			380	11,86	23,86	44,03	434,96	10,47
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	200	5,80	5,00	8,39	107,91	0,60
Итого			200	5,80	5,00	8,39	107,91	0,60
Обед								
УСП	ТК№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	47	0,00	0,05	1,19	6,64	4,74
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (поздний), макароны в/с, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо цыплят бройлеров (тушки), укроп (свежий))	150/10/1	2,98	3,74	12,10	98,99	4,57
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (мясо говядина ф/к (лопатка), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, мука, вода питьевая, соль)	50/50	9,11	9,39	3,52	150,51	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	110	3,44	5,28	25,77	147,31	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	162	0,00	0,16	16,33	74,37	3,23
УСП	ТК№ 003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	15	0,99	0,13	8,40	28,50	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	25	1,35	0,73	15,00	57,50	0,00
Итого			620	17,87	19,48	82,31	563,82	13,21
Уплотненный полдник								
2008	126	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (капуста цветная, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	150	2,16	5,10	7,62	64,25	0,02
УСП	ТК№0 49	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	150	0,00	0,01	5,18	23,20	1,87
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	15	0,99	0,13	8,40	28,50	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука, дрожжи, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)	50	3,77	1,66	28,39	149,15	0,10
УСП	ТК№0 20	БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие))		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			365	6,92	6,90	49,59	265,10	1,99
Всего				42,45	55,24	184,32	1 371,79	26,27

Диетсестра



Ивушкина Е.А.

МЕНЮ

7 мая 2024 г.

Дети сад

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с, джем)	40	1,73	3,42	28,65	128,78	2,41
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	40	0,48	1,59	8,88	28,28	1,76
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	150	7,14	19,39	2,48	223,88	0,21
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергии) (рис, вода питьевая, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	205	2,07	4,30	26,41	145,25	0,00
УСП	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир)	180	3,08	4,62	17,44	146,95	0,99
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			410	12,43	29,02	57,45	527,89	5,37
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	190	5,51	4,75	7,98	102,60	0,57
Итого			190	5,51	4,75	7,98	102,60	0,57
Обед								
УСП	ТК№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	58	0,00	0,06	1,44	8,07	5,76
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (поздний), макароны в/с, морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая, соль, окорок куриный, укроп (свежий))	180/10/1	3,51	4,28	13,78	111,48	5,11
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, МЯСОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии) (картофель (поздний), макароны в/с, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), петрушка свежая)	200/10/1	3,48	3,46	17,46	119,88	7,40
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (мясо говядина б/к (лопатка), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5%жир, мука, вода питьевая, соль)	80	9,74	9,64	3,59	157,43	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	130	5,20	4,37	39,01	197,06	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	182	0,00	0,18	18,34	83,52	3,63
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	15	1,00	0,13	8,42	28,57	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,89	1,02	21,02	80,59	0,00
Итого			691	21,34	19,88	105,60	666,72	15,17
Уплотненный полдник								
2008	126	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (капуста цветная, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	130	1,87	4,53	6,60	56,53	0,02
УСП	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимона (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	180	0,00	0,01	7,68	33,78	2,31
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,02	47,57	0,00
2008	467	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука, соль, дрожжи, молоко 2,5% жир, масло подсолнечное)	50	3,75	3,48	28,41	165,28	0,10
УСП	ТК№0 20	БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие))		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			385	7,28	8,24	56,71	303,16	2,43
Всего				46,56	61,69	227,74	1 600,37	23,54